

**DISTORSIONES COGNITIVAS SEGÚN NIVELES DE DEPENDENCIA  
EMOCIONAL EN UNIVERSITARIOS – PIMENTEL.  
COGNITIVE DISTORTIONS ACCORDING TO LEVELS OF EMOTIONAL  
DEPENDENCE ON UNIVERSITY – PIMENTEL.**

*Juan Manuel Riofrio Cotrina*<sup>1</sup>

*Milusca del Rocio Villegas Cobeñas*<sup>2</sup>

Fecha de recepción: 05 de junio de 2016

Fecha de Aceptación: 08 de julio de 2016

**RESUMEN**

Los estudios demuestran que en los últimos años los jóvenes establecen vínculos afectivos inadecuados en sus relaciones de pareja, siendo esto un posible indicio de una dependencia emocional que influye por el inadecuado procesamiento cognitivo, se planteó como objetivo determinar si existen diferencias significativas en las distorsiones cognitivas según niveles de dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada. Para la realización de esta investigación de tipo descriptivo comparativo, la población estuvo constituida por 10 056 alumnos de diecinueve escuelas profesionales, seleccionados aleatoriamente por un muestreo probabilístico estratificado, siendo un total de 372 sujetos de ambos sexos cuyas edades fluctúan entre los 17 y 34 años de edad a quienes se los evaluó con el Inventario de Pensamientos Automáticos (Ruiz & Lujan) y el Cuestionario de Dependencia Emocional (Lemos & Londoño), ambos adaptados y baremados en la ciudad de Chiclayo, alcanzando alto índices de validez y confiabilidad. Respecto al procesamiento de datos, se trabajó con el programa estadístico SPSS Versión 20 y el programa Microsoft Office Excel 2010, utilizando

---

<sup>1</sup>Adscrito en la Facultad de Humanidades, egresado de Psicología de la Universidad Señor de Sipán, Chiclayo, Perú. rcotrinaj@crece.uss.edu.pe

<sup>2</sup>Adscrita en la Facultad de Humanidades, egresado de Psicología de la Universidad Señor de Sipán, Chiclayo, Perú. miluscavc@crece.uss.edu.pe

el estadístico ANOVA de Kruskal – Wallis, dentro los principales hallazgos se encontró diferencias altamente significativas ( $p < 0,01$ ) en las 15 distorsiones cognitivas entre las tres muestras de comparación, sin embargo las distorsiones cognitivas predominantes en los estudiantes universitarios son falacia de recompensa divina representado por el 38%, deberías por el 19%, falacia de razón por el 26% y falacia de cambio por el 18%.

*Palabras claves:* Distorsiones cognitivas, dependencia emocional, estudiantes universitarios, diferencias significativas.

## **ABSTRACT**

The studies show that in recent years the youth set inadequate bonding in their relationships, this being a possible indication of an emotional dependence which influences by inadequate cognitive processing was raised aimed to determine whether there are significant differences in cognitive distortions by levels of emotional dependence among students of a private university. To carry out this research comparative descriptive, the population consisted of 10 056 students from nineteen professional schools, randomly selected by stratified probability sampling, with a total of 372 subjects of both sexes whose ages range between 17 and 34 years of age who were all assessed with the Inventory of Automatic Thoughts (Ruiz & Lujan) and Questionnaire of Emotional Dependency (Lemos & Londoño), both adapted and points system in the city of Chiclayo, reaching high levels of validity and reliability. Regarding data processing, we worked with SPSS version 20 and Microsoft Office Excel 2010 program, using statistical ANOVA Kruskal - Wallis, within the main findings were highly significant differences ( $p < 0.01$ ) was found in the 15 cognitive distortions between the three comparison samples, however the predominant cognitive distortions in college students fallacy of divine reward are represented by 38%, you should by the 19% fallacy why the fallacy of 26% and 18% change.

*Keywords:* Distortions cognitive, dependency emotional, college students, significant differences.

## **INTRODUCCIÓN**

Uno de los problemas latentes en la sociedad, es como los seres humanos entablan vínculos afectivos inadecuados, en ese contexto la principal razón que genera ésta preocupación radica en la juventud, pues es la edad donde se inicia la búsqueda de la pareja, por ello ésta etapa es crucial y se debe prestar especial atención a la manera como se relacionan, pues marcará pautas de interacción en las relaciones futuras que pueden extenderse hacia su vida adulta (Gonzales, Echeburúa y Paz, 2008).

Desde ese punto, es necesario conocer la dependencia emocional como un problema de vinculación en la relación de pareja, que se caracteriza por sentimientos negativos como dolor, ira y miedo en un ambiente abusivo, posesivo o inaccesible. Ante esta situación la dependencia emocional en las parejas, empieza a formar parte del interés científico, constituyéndose en un fenómeno de gran importancia debido a su impacto clínico y social en las personas que lo padecen (Massa, Pat, Keb & Chan, 2011).

Respecto a las distorsiones cognitivas; el inadecuado procesamiento cognitivo establecido de modo rígido implica un riesgo en la felicidad de la pareja, pues es probable que los pensamientos no sean satisfechos, debido a su distancia con la realidad, dando espacio a una etapa de desilusión como señala Beck, (1974 citado en Melero, 2008) “son las desilusiones posteriores a la fase de idealización del enamoramiento, las responsables de la activación de los esquemas previos y puesta en marcha de las distorsiones cognitivas”.

Sin bien en nuestro país aún no se desarrollan investigaciones en la dependencia emocional desde el modelo de las distorsiones cognitivas, en otros países como Colombia se presta especial atención a esta problemática, en ese sentido Londoño & Zapata (2007), en la Universidad San Buenaventura de Medellín, investigaron las distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional, donde encontraron que de las 15 distorsiones cognitivas evaluadas, 12 presentaron diferencias significativas entre los dos grupos de comparación, con mayores puntuaciones de las medias en las personas con dependencia emocional: filtraje, pensamiento polarizado, sobregeneralización, interpretación del pensamiento, visión catastrófica, falacia de control, falacia de justicia, razonamiento emocional, falacia de cambio, deberías, falacia de razón y falacia de recompensa divina de todas estas distorsiones cognitivas que refuerzan los esquemas de dependencia emocional.

Así mismo, Carmona (2012) en la Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, en su investigación Intervención al duelo por ruptura de pareja desde la terapia cognitivo conductual a partir del análisis de cuatro casos, en el cual identifico que las respuestas cognitivas más frecuentes fueron etiquetar de manera negativa frente al rol cumplido hacia el otro, es decir el doliente interpreta que lo que hizo o dejó de hacer durante la relación resultó en su totalidad insuficiente o inapropiada, además de pensar que era responsabilidad de la otra persona, satisfacer todas las expectativas del doliente.

A nivel nacional se han desarrollado investigaciones sobre la dependencia emocional desde el enfoque cognitivo conductual, en ese sentido Cubas, Espinoza, Galli & Terrones (2004) en el Hospital Hermilio Valdizan de Lima, desarrollaron un programa de intervención cognitivo - conductual en un grupo de pacientes mujeres con dependencia afectiva, al finalizar el análisis de sus resultados, los autores sugieren que para romper con la dependencia afectiva

se requiere de un cambio en la visión, expectativas y creencias irracionales que se tienen frente a la pareja.

A nivel local existen pocos estudios acerca de la dependencia emocional, uno de ellos es el de Cajo (2013) en la Universidad Señor de Sipán, Pimentel – Perú, quien en su estudio Dependencia Emocional y conflictos en la relación de pareja en estudiantes de un Instituto – Jaén, encontró que el 52,4% de los estudiantes se encuentra en un nivel promedio de dependencia emocional en sus relaciones de pareja, mientras que el 27.2% de ellos se ubican en un nivel bajo y el 20,4% en un nivel alto.

En este contexto, la presente investigación propone determinar las diferencias significativas respecto a las distorsiones cognitivas según niveles de dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada, las cuales juegan un papel importante en el planteamiento de la problemática y de esta manera, reconocer las distorsiones que contribuyen a la comprensión de los esquemas de la dependencia emocional.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

El enfoque de la investigación fue cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo descriptivo comparativo. La población estuvo constituida por 10 056 estudiantes universitarios de una universidad privada de Pimentel. El método de muestreo fue probabilístico estratificado, donde se trabajó con una muestra de 372 estudiantes de ambos sexos, con edades que oscilaban entre 17 y 34 años. Además se tomó como criterio de exclusión a estudiantes que no respondan los instrumentos, sean casados y/o convivientes.

Se utilizó el instrumento el Inventario de Pensamientos Automáticos – IPA fue elaborado por Ruiz y Lujan en 1991 en una muestra Mexicana y adaptado por Riofrio & Villegas (2015), este instrumento tiene como objetivo identificar quince tipos de distorsiones cognitivas; cada una de ellas consta de 3 ítem. Las categorías diagnósticas consideradas para el instrumento están basadas en las puntuaciones directas, se toman como criterio que a “menor” puntuación, muestran ausencia de Distorsiones Cognitivas y a “mayor” puntuaciones, presentan tendencia a padecer Distorsiones Cognitivas. Con lo que respecta a la validez ítem Test del instrumento, este ha alcanzado resultados entre ,664 y ,824 y una confiabilidad con Alfa de Cronbach de ,945 logrando ser una escala con altos índices de validez y confiabilidad en cada una de sus escalas.

Además, se utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional – CDE elaborado por Antonia Lemos Hoyos y Nora Helena Londoño Redondo en el 2006 en una muestra Colombiana y adaptado por Riofrio & Villegas (2015) teniendo como objetivo encontrar el nivel de dependencia emocional con respecto a su relación de pareja. Así mismo, consta de 36 ítem codificados en un formato de respuestas Likert. En cuanto a la cualidad psicométricas del instrumento, presenta una validez ítem Test que oscilaban entre, 416 a ,740 y una fiabilidad de ,948.

Respecto al análisis estadístico se utilizó el programa Statistical Package of Social Sciences – SPSS 20 Además el programa Microsoft Office Excel 2010, mediante los cuales se emplearon los estadísticos frecuencia, media, mediana, grados de libertad, desviación estándar y ANOVA de Kruskal-Wallis, este último para probar si existe diferencias significativas entre las muestras de estudiantes universitarios para llevar a cabo el procesamiento de la información.

## RESULTADOS

En la tabla 1 se aprecia las diferencias de medianas de las distorsiones cognitivas entre las tres muestras de comparación, en ese sentido se observa la existencia de diferencias altamente significativas ( $p < 0,01$ ), en las tres muestras de dependencia emocional respecto a las quince distorsiones cognitivas, siendo la muestra de nivel alto de dependencia emocional el que presenta mayores puntuaciones, lo que indica que las distorsiones tienen incidencia en las personas que presentan niveles altos de dependencia emocional.

Tabla 1

*Diferencias Significativas en las Distorsiones Cognitivas según niveles de dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada – Pimentel*

Distorsiones Cognitivas	Muestras Dependencia emocional			(Significancia Kruskall Wallis)
	Bajo	Medio	Alto	p-valor
Visión catastrófica	150,2	175,2	241,3	,000
Falacia de control	141,1	180	240,8	,000
Falacia de justicia	137,4	182,1	240,2	,000
Falacia de cambio	144,4	179,2	239,2	,000
Pensamiento polarizado	143,3	180,6	237,7	,000
Sobregeneralización	147,7	178,9	236,8	,000
Personalización	143,7	181,2	236,1	,000
Falacia de recompensa divina	148,9	180,1	233,2	,000
Deberías	139,1	186,3	230,9	,000
Interpretación del pensamiento	165,3	174,1	229,3	,000
Filtraje	151,3	181,1	229,3	,000
Razonamiento emocional	151,8	180,9	229,3	,000
Culpabilidad	153,6	181,5	226,5	,000
Etiquetas globales	146,1	184,4	227,9	,000
Falacia de razón	156,8	183,2	220,2	,000

n = 372;  $p < 0,01$  altamente significativa

En la tabla 2 se observa que las distorsiones cognitivas predominantes en los estudiantes universitarios son falacia de recompensa divina con un 38%; falacia de razón con un 26%; deberías con un 19% y falacia de cambio con un 18%.

Tabla 2

*Distorsiones cognitivas que predominan en estudiantes de una universidad privada – Pimentel, 2015.*

Distorsiones cognitivas	Ausencia		Presencia	
	F	%	F	%
Falacia de cambio	303	<b>82</b>	69	<b>18</b>
Falacia de control	352	95	20	5
Personalización	359	97	13	3
Falacia de justicia	322	87	50	13
Sobregeneralización	351	94	21	6
Falacia de recompensa divina	229	<b>62</b>	143	<b>38</b>
Visión catastrófica	344	93	28	7
Deberías	300	<b>81</b>	72	<b>19</b>
Pensamiento polarizado	355	95	17	5
Etiquetas globales	346	93	26	7
Culpabilidad	348	94	24	6
Razonamiento emocional	316	85	56	15
Filtraje	336	90	36	10
Interpretación del pensamiento	344	92	28	8
Falacia de razón	276	<b>74</b>	96	<b>26</b>
Total	209	100%	163	100%

n= 372

En la tabla 3 se muestra que el 49,2 % de la población de estudio pertenece a un nivel medio los cuales muestran indicadores de dependencia emocional. Mientras que en un 26,3% de los estudiantes evidencian niveles altos caracterizándose por mantener relaciones interpersonales insanas, basadas en el desequilibrio y desigualdad de la relación.

Tabla 3

*Nivel de dependencia emocional predominante en estudiantes de una universidad privada – Pimentel, 2015.*

Nivel dependencia emocional	F	%
Alto	98	26,3
Medio	183	<b>49,2</b>
Bajo	91	24,5
Total	372	100

n=372

## DISCUSIÓN

En el presente estudio se logró determinar las diferencias significativas de las distorsiones cognitivas según niveles de dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Pimentel en el periodo 2015-I. Dentro de los hallazgos más destacados se encontró que quince distorsiones cognitivas presentan diferencias significativas en las tres muestras de comparación, siendo en la muestra de nivel alto de dependencia emocional, donde hay mayor presencia de distorsiones cognitivas, estos resultados coinciden con los hallazgos de Londoño & Zapata. (2007), en su investigación denominada distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional, donde encontraron diferencias significativas en las distorsiones cognitivas filtraje, pensamiento polarizado, sobregeneralización, interpretación del pensamiento, visión catastrófica, falacia de control, falacia de justicia, razonamiento emocional, falacia de cambio, deberías, falacia de razón y falacia de recompensa divina, las cuales presentan mayores puntuaciones de medias, en el grupo de las personas con dependencia emocional.

En esa línea, se encontró que las distorsiones cognitivas predominantes en los estudiantes universitarios son falacia recompensa divina, falacia de razón, deberías y falacia

de cambio; en la primera distorsión indica que el 38% de estudiantes presentan tendencia a no buscar soluciones a problemas y dificultades actuales, suponiendo que la situación mejorará “mágicamente”. En la segunda distorsión demuestra que el 26% de estudiantes presentan la tendencia a poner a manera defensiva su punto de vista, ante los demás, puesto que considera que su punto es el correcto, el justo y el más adecuado. En la tercera distorsión se aprecia que el 19% de estudiantes tienen el hábito de mantener reglas rígidas en las exigencias sobre como tienen que suceder las cosas, cualquier desviación de esas reglas se considera intolerable o insoportable, lo cual conlleva a la alteración emocional en sus relaciones de pareja.

Así mismo se observa que el 18% de estudiantes se caracterizan por procesar la información a partir de la distorsión cognitiva falacia de cambio, este resultado es corroborado en los estudios realizados por Carmona. (2012) quien realizó una investigación con parejas que asistieron a consulta luego de una ruptura, hallando que el estilo cognitivo característico en las personas con dependencia emocional, se explica desde el filtro de la “falacia de cambio”; puesto que las parejas manifestaban que “era responsabilidad de la otra persona, satisfacer todas sus expectativas”, el cual coincide con los resultados de la investigación de Lemos, et al (2012) quienes hallaron que el perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín es caracterizado por una distorsión cognitiva de "falacia de cambio". Por lo tanto se puede afirmar que de todas las distorsiones, la falacia de cambio influye en el aspecto cognitivo del fenómeno de la dependencia emocional.

En cuanto a los niveles de dependencia emocional de los estudiantes, se encontraron que el 26,3% de universitarios se ubican en un nivel alto de dependencia emocional, el 49,2% pertenece a un nivel medio y 24,5% se ubica en un nivel bajo, estos hallazgos guardan relación con los resultados encontrados por Cajo. (2013) puesto que en su investigación denominada Dependencia Emocional y conflictos en la relación de pareja en estudiantes de un Instituto – Jaén, el 20,4% de su población de estudio se ubican en un nivel alto de dependencia emocional en sus relaciones de pareja, 52,4% nivel promedio y el 27.2% de ellos se ubican en un nivel bajo, existiendo diferencias mínimas entre cada una de los niveles altos y bajos respectivamente. Por lo tanto se aprecia los resultados concuerdan que existe un gran porcentaje de estudiantes ubicados en el nivel medio, los cuales coinciden con los hallazgos del presente estudio, lo que quiere decir que gran porcentaje de estudiantes pertenecientes a la población de estudio presentan indicadores o características de dependencia emocional.

Por otro lado, se enfatiza que en el presente estudio se utilizó el muestreo estratificado probabilístico para tratar de asegurar que todos los sujetos de la población tengan la probabilidad de ingresar o se parte de la muestra, en ese sentido los hallazgos son válidos únicamente para los estudiantes que comprendan entre 17 a 34 años de edad de una Universidad Privada del distrito de Pimentel, es decir se asegura que los resultados son generalizables a la población de estudio.

Finalmente, la principal implicación práctica de este estudio recae directamente en las prácticas psicoterapéuticas de los profesionales en psicología, puesto que el estudio reconoce que las distorsiones cognitivas falacia de cambio, falacia de recompensa divina, deberías y falacia de razón son las que predominan en los estudiantes. De esta manera los resultados del

estudio tienen utilidad en los psicoterapeutas, debido a que pueden abordar en aquellas distorsiones que tienen incidencia en los jóvenes con dependencia emocional; lo antes mencionado se respalda en las palabras de Cubas, et al (2004) quienes sugieren que para romper con la dependencia afectiva se requiere de un cambio en la visión, expectativas y creencias irracionales que se tienen frente a la pareja.

Por lo anteriormente expuesto, se sugiere seguir líneas de investigación que estén orientadas a generar suficiente conocimiento científico que justifiquen nuevas propuestas psicoterapéuticas.

## **CONCLUSIONES**

El estudio surge con la finalidad de determinar si existe diferencias significativas en las distorsiones cognitivas según niveles de dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada – Pimentel, 2015. Llegando a las siguientes conclusiones:

Los resultados del análisis estadístico demuestran que existen diferencias altamente significativas ( $p < 0,01$ ) en las distorsiones cognitivas según niveles de dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada – Pimentel.

Los resultados del estudio reportan que las distorsiones cognitivas predominantes en los estudiantes universitarios son falacia de recompensa divina representado por un 38%; falacia de razón por un 26%; deberías por un 19% y falacia de cambio representado por el 18%.

Los hallazgos demuestran que el 26,3% de estudiantes universitarios se ubican en un nivel alto de dependencia emocional, el 49,2% pertenece a un nivel medio, un 24,5% nivel bajo.

## REFERENCIAS

- Cajo, E. O. (2013). *Dependencia emocional y conflictos en la relación de pareja, en estudiantes de un instituto – Jaén* (Tesis de pre grado). Universidad Señor de Sipán, Chiclayo.
- Calvete, E. (2005). Género y Vulnerabilidad Cognitiva a la Depresión: El papel de los pensamientos automáticos. *Ansiedad y Estrés*, 11 (2-3), 203-204. Recuperado de <http://es.scribd.com/doc/95922876/EBSCOhost-GENERO-Y-VULNERABILIDAD-COGNITIVA-A-LA-DEPRESION-EL-PAPEL-DE-LOS-PENSAMIEN>.
- Carmona, C. (2012). Intervención al duelo por ruptura de pareja desde la terapia cognitivo conductual a partir del análisis de cuatro casos. *Revista Polisemia*, 13 (35-46). Recuperado de: <http://biblioteca.uniminuto.edu/ojs/index.php/POLI/article/view/361/358>
- Cubas, D., Espinoza, G., Galli, A. & Terrones, M. (2004). Intervención cognitivo - conductual en un grupo de pacientes mujeres con dependencia afectiva. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental Hermilio Valdizan*, 5(2), 81- 90. Recuperado de <http://www.hhv.gob.pe/revista/2004II/6%20INTERVENCION%20COGNITIVO-CONDUCTUAL%20EN%20UN%20GRUPO.pdf>
- Gonzales, I., Echeburúa, E. & Paz, C. (2008). Variables significativas en las relaciones violentas en parejas jóvenes: Una revisión. *Behavioral Psychology*, 16(2), 207-225. Recuperado de <http://www.ehu.es/echeburua/pdfs/04GONZALEZ.pdf>

- Lemos, M., Jaller, C., González, A., Díaz, Z., & De la Ossa, D. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(2), 395-404. Recuperado de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-92672012000200004&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672012000200004&lng=en&tlng=es).
- Londoño, N. H., & Zapata, J. A. (2007). Distorsiones Cognitivas en personas con dependencia emocional. *Informes Psicológicos*, 9, 55-69. Recuperado de [http://www.upb.edu.co/pls/portal/docs/PAGE/GPV2\\_UPB\\_MEDELLIN/PGV2\\_M030\\_PREGRADOS/PGV2\\_M030040020\\_PSICOLOGIA/PGV2\\_M030040020110\\_REVISTA/PGV2\\_M030040020110030\\_REVISTA9/ARTICULO%20V9N9A03.PDF](http://www.upb.edu.co/pls/portal/docs/PAGE/GPV2_UPB_MEDELLIN/PGV2_M030_PREGRADOS/PGV2_M030040020_PSICOLOGIA/PGV2_M030040020110_REVISTA/PGV2_M030040020110030_REVISTA9/ARTICULO%20V9N9A03.PDF)
- Massa, J., Pat, Y., Keb, R., Canto, V. & Chan, N. (2011). La definición de amor y dependencia emocional en adolescentes de Mérida, Yucatán. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14(3), 176 – 193. Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2011/epi113k.pdf>
- Melero, R. (2008). *La relación de pareja. Apego, dinámicas de interacción y actitudes amorosas: consecuencias sobre la calidad de la relación*. (Tesis doctoral, Universitat de València). Recuperado de <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10234/melero.pdf;jsessionid=3C97F0547E0D0E5FB868206AE71189A3.tdx2?sequence=1>